HERMES

JORNAL DOS ALUNOS DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE GONDOMAR

ANO 5 • NÚMERO 27 • NOVEMBRO 2025

Editorial

— António Braz

Presidente do Conselho Diretivo da U.S.G.

Caros Alunos e Professores,

O mês de novembro traz consigo o espírito das tradições e a alegria dos encontros que tanto caracterizam a nossa Universidade Sénior. No dia 7 de novembro, celebrámos o tradicional Magusto de São Martinho, um encontro que juntou alunos, professores e amigos em torno das castanhas, da música e da boa disposição.

As atividades prosseguem com grande entusiasmo e, no dia 21 de novembro, realizamos uma visita ao Solar dos Condes de Resende, um espaço de história que nos permitirá mergulhar na riqueza cultural da região e compreender melhor o legado das famílias nobres.

Já no dia 28 de novembro, será a vez de explorarmos o Porto Legends, uma experiência imersiva que nos levará ao coração das lendas e histórias da cidade do Porto.

Novembro traduz-se, assim, num mês de celebração e descoberta. A Universidade Sénior de Gondomar continua a ser um espaço de aprendizagem, mas também de amizade e de vida partilhada. Que estes momentos nos inspirem a continuar a participar com entusiasmo e curiosidade, porque cada atividade desenvolvida é uma oportunidade de crescer e de fortalecer os laços que nos unem.

Bem-haja!

Um Dia Meu

— Milú Almeida

O dia acordou de cara fechada. Começa assim a semana e por mais que digam que a chuva faz muito falta, ao fim duma hora já chateia.

Quando a "aberta" se apresenta segura, dou por mim a sentir que preciso regar o meu eu interior, através duns minutos de meditação.

Escolho uma música suave (das aulas de yoga), pego o lápis, o livro e as folhas, a manta e a almofada.

Calco a relva e a terra, entranho-me nelas e elas em mim.

Sento na cadeira de baloiço e observo o belo que busco e me rodeia.

O rio passa, sereno. Não sei dizer se é verde ou sombrio ...

Voam pombas, pegas, gaios e cotovias, e todas fazem barulho ...

No chão os malmequeres não se fazem rogados e piscam o olho às ervas e ao prado.

Apanho um sonho do chão com cheiro a castanhas, marmelos e compotas.

Cerro os olhos. Sabe bem sentir esta mistura soberba de cheiros, este silêncio, este tempo que tiro para mim, sem culpas nem estrias, sem horas a pregar rasteiras. Sabe bem o relaxamento ....

Imagino uma pequena névoa a massajar-me os pés, desde a pele até aos ossos e à medula, desde a ponta dos dedos (dos pés) ao couro cabeludo e às orelhas.

Tudo relaxa, enquanto a névoa sobe e beija meu corpo. Tudo é tranquilidade e calmaria.

Quando a névoa se dissipa, contorço-me, bocejo, espreguiço-me e agradeço este torpor soberbo, hipnotizante e discreto.

Por minutos, fui eu e fui minha: o corpo aquietou e a mente ficou no meu mundo.

Agora o "meu recado" é mesmo meu e só meu.

A mantinha aguentou-me quente e a almofada confortável.

Agora, posso voltar-me para a leitura ou, quem sabe, possa ter despertado a inspiração e a escrita fluir como água de nascente e, desta forma, usar a "minha voz".

O coração estremece e sorrio.

Na hora de recolher, coloco junto ao peito um laço cor-de-rosa. Já há uns bons anos que o mês de Outubro é intitulado de "Outubro Rosa", em homenagem a quem teve (ou tem) cancro, especialmente da mama. Mesmo que ninguém repare, quero fazer parte desse movimento, até porque a vida tem a manias das surpresas de quando em quando e nunca se sabe ...

O dia foi bom e produtivo. Sem precisar de ir à História de tempos mais que passados, nem de companhia, fiz do meu dia um romance com história, ficção, solidariedade, sentidos e calmaria.

Às vezes precisamos respirar profundamente, descontrair, concentrar ..., afastar-nos dos barulhos da mente e do mundo, retendo apenas aquilo que nos faz sentir bem, seguros e felizes.

Às vezes precisamos de nos motivar dando atenção a pequenas coisas e, primeiro que tudo, a nós mesmos, para não abrirmos mão daquilo que faz de nós seres sociais, mas únicos.

Não um conto, Sim uma história

— Lino de Castro

Normalmente, acerca de mães, ouvem-se e leem-se histórias que as envolvendo com os seus filhos mostram o quanto de bom ou de bem, para além do quotidiano viver, elas evidenciam no seu amor por eles, o comummente entendido como amor maternal. Neste sentimento de querer bem aos filhos do seu ventre, algumas dessas dedicadas mães sentem-se desgostosas dos seus próprios frutos, seja pela indiferença que os filhos agora lhes votam, ou, até, porque eles optaram por as mal tratar psicologicamente ou, pior ainda, ofendê-las fisicamente. Qualquer leitor sabe ou conhece por via direta ou por proximidade social esta ou aquela história materno-filial.

Entretanto, verdade também não deixa de ser, que algumas mães usam, e certas delas abusam, manipulando, os seus filhos, especialmente se eles são ainda crianças, quando têm em mente a intenção de ferir o pai dos seus filhos. Tais situações ocorrem, como é infelizmente sabido, em ambientes familiares tendencialmente se encaminhando para o divórcio matrimonial e de vida em comum dos pais daqueles seres, ainda inocentes das maldades de quem lhes deu vida.

Fazemos esta introdução a propósito de um caso que, não sendo único nem excecional, lamentavelmente terá acontecido, segundo nos foi dito, há mais de trinta e cinco anos.

Em certo ambiente conjugal, de frequente hostilidade entre os esposos, uma mãe sabendo pelo filho que o pai após o término das aulas deste o levaria a uma consulta médica de psicologia infantil, surpreendentemente para ambos apareceu na paragem de autocarro (trólei), e acompanhou o filho e o pai (marido dela) até ao consultório clínico.

Recebido pelo psicólogo, começou o pai expondo ao médico o motivo da sua preocupação com o estado psicológico do filho. Mas terá falado pouco. Com espanto seu, foi silenciado naquele gabinete clínico. A mãe que junto deles estava percebendo o rumo que o diálogo médico/pai-esposo teria, que eventualmente a poderia responsabilizar/culpabilizar, interrompeu o diálogo e tergiversou o sentido dele, insinuando que decerto haveria na preocupação do pai alguma intenção pedófila dele em relação ao filho.

A vida e a conflitualidade conjugal daqueles esposos teria continuado, segundo nos relataram.

Outro episódio de instrumentalização do filho para ferir o pai terá acontecido algum tempo depois.

Descrevemo-lo conforme ouvido: o pai, naturalmente e mais ainda porque via e sentia o filho triste, pouco falador, e com mau aproveitamento escolar, passou a retirá-lo mais tempo do seio da relação conflituosa dos pais. Com mais frequência passou a levar o filho consigo a passear até à cidade, aos fins de semana.

Certa tarde, em chegando a casa, ido do final de dia de trabalho, deparou-se com uma cena inesperada: a mãe a sovar fortemente o filho, com chineladas firmes e consecutivas. Ele, coitado, embora encurralado num canto, debatia-se esquivando-se o quanto podia à tareia irada da mãe, enquanto repetia, chorando 'não roubei nada, mãe, não roubei'. O pai avançou na direção de ambos, tentando ir socorrer o filho, livrá-lo daquela sova. Mas susteve os seus passos. A mãe terá deitado mão a um cinzeiro grande de metal e o lançado à cabeça do pai. 'Se não foi o miúdo foste tu que me roubaste um conto e quinhentos. Não avances", terá dito a esposa e mãe, irada.

Horas depois, o pai, raciocinando, concluiu que a mãe quisera que o pai visse a tareia que ela dava ao filho, lhe bastando para tanto ver a partir das varandas da casa para o exterior o momento certo em que o pai atravessava a rua, e minutos depois entraria em casa.

Dias depois o pai ouviu acidentalmente a mãe dizer ao filho: "Ele nem te defendeu!' (sic). "Ele, obviamente, era o pai.

No domingo seguinte o filho já não quis ir passear com o pai, como antes gostava de ir, contente. Nem nos domingos que se seguiram. Não voltou a segredar ao pai, quando o autocarro se aproximava de casa, regressados do passeio, 'vamos voltar pró inferno' (sic).

Algum tempo mais tarde, o pai, animicamente destroçado, vencido, abandonou a casa de família.

Posteriormente, já no Processo de divórcio, o pai remeteu uma carta sua ao mesmo, realçando as vantagens económico-sociais que os filhos teriam, um casal de crianças, se a ele fosse atribuído pelo tribunal a regulação do poder educacional (paternal) dos filhos. Comparativamente, a mãe tinha a escolaridade básica, o sexto ano incompleto, nunca trabalhara para terceiros e não possuía qualquer fonte de rendimentos próprios; ele, o pai, trabalhava numa grande empresa, auferia um salário acima da média e possuía formação académica superior à da mãe. O tribunal 'multou-o', disse, entristecido, em quase vinte por cento do seu salário, por, segundo as regras de Processo em ação, sendo o pai uma Parte em conflito na Ação, estar impedido de pessoalmente intervir nele, apenas o seu advogado o podia fazer.

No final do relato destas memórias, o pai lacrimava. Trinta e cinco anos depois de elas terem sido factos.

Mãe há só uma, soe dizer-se. Aquele miúdo frágil, tímido e triste, calhara aquela.

Segundo - 1/86400 do dia

— João Paulo Pinto

Eu nunca vi um segundo. Os segundos são muito rápidos, bastante velozes e muito ligeiros. Todas as vezes que tento olhar para um segundo, nem que seja por um segundo, já estou um segundo atrasado. Os segundos não foram feitos para serem contemplados.

Os minutos, contudo, não. Os minutos podem ser vistos, contados e divididos. Basta olhar o relógio e lá está um minuto por um minuto parado. No andar dos ponteiros, o segundo é o tempo inquieto, móbil e agitado.

Também se podem avistar as horas. Elas, todas as horas, estão sempre na mesma hora e no mesmo horário. Já o dia não se encontra nos mostradores dos relógios. Não há relógio no mundo que nos mostre o dia, pois os dias são vislumbráveis na metamorfose colorida do céu, que todos os dias se move por sobre a nossa cabeça nos campos, nos desertos e cidades.

Os anos, por sua vez, já têm o seu lugar e espaço no interior dos calendários, e quando, de ano em ano, se comemora algum aniversário. Porém, nunca vi ninguém celebrando ou festejando os aniversários dos segundos. Parece até que os segundos não têm Natal, ou sequer, em algum tempo, foram gerados. Mas o segundo, como tudo na vida, num instante nasce, vive, envelhece e morre.

Nunca fui ao batizado ou ao enterro dos segundos. Já frequentei inúmeros velórios e funerais. Em alguns fiquei poucos minutos. Noutros, mais de uma hora. Os dos meus pais iniciaram-se na noite do dia anterior e eles foram sepultados na tarde do dia seguinte. Não creio que existam exéquias que durem apenas um segundo.

Apesar disso, não existiria o tempo se não houvesse segundos. Sem eles o ponteiro do minuto não andaria e, assim, as horas também não. Sem as horas o que seria dos dias? E, na ausência dos dias, também não teríamos as datas e os anos. E na falta dos anos, como iríamos celebrar aniversários? Já pensou casar-se com uma pessoa sem saber a idade que ela tem? E como iria, então, saber se posso tirar a carta de condução, votar, ser maior de idade, aposentar-me por tempo de serviço e obter o dístico de idoso para colocar no carro? O mundo ia ficar mais confuso do é e já está. E tudo ia virar de pernas para o ar. E o tempo da vida ia ficar todo destrambelhado.

Não! Embora não vejamos o segundo passar, ele é por demais necessário. Dizem até que, em média, um adulto inala e exala o ar em quatro/cinco segundos de cada vez. Usain Bolt, por outro lado, quebrou o recorde mundial dos 100 metros com 9,58 segundos.

Se alguém por aí encontrar um dos meus mais de um bilião de segundos vividos, é favor devolvermos. Pode-me localizar um segundo depois de passar pelo primeiro minuto, que fica no quarto da hora que está no meio do dia, no fim do corredor do ano, virando à esquerda da sexta década, e indo até ao século passado ao vigésimo sexto dia do sexto mês do calendário anual onde comemoro mais um aniversário.

A Pontuação como Alma da Poesia – uma reflexão

— Etelvina Ferreira

Muito se tem falado sobre a eliminação da pontuação na Poesia Modernista, como se cada vírgula ou ponto final fosse um peso morto que aprisiona a liberdade do leitor. Mas pergunto: será mesmo liberdade ou apenas desleixo? Quando escrevo um poema, não é para que o leitor respire, acelere ou pause ao seu bel-prazer. Eu criei. Eu imaginei. E quero que seja lido como o concebi, não como o capricho de outrem o deturpar.

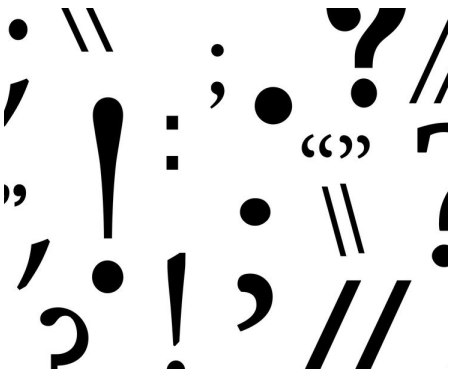
A pontuação não é um adereço supérfluo, mas a espinha dorsal do texto, o compasso invisível que dita o ritmo e a melodia das palavras. Retirá-la é como oferecer uma partitura sem notas a um músico: ele poderá improvisar, sim, mas nunca tocará a música que o compositor sonhou.

Hoje, escrever um poema tornou-se demasiado fácil. Tanto que temos cada vez mais poemas e menos poetas. A escrita parece ter-se democratizado ao ponto de qualquer alinhamento de palavras ganhar estatuto de arte. É o mesmo que acontece na pintura modernista, onde um punhado de sarrabiscos se torna obra-prima aos olhos de quem quer interpretar. Mas será isso poesia ou apenas ruído disfarçado de profundidade?

Se aceitarmos a abolição da pontuação, que nos impede de aceitar também que uma página em branco seja um poema de milhões? Que sentido faz criar um novo acordo ortográfico para apagar pontos, vírgulas e travessões, símbolos que durante séculos moldaram o pensamento escrito? Afinal, porque se deram ao trabalho de inventar a pontuação, se agora queremos varrê-la como se fosse poeira?

A poesia não é apenas emoção solta. É construção, rigor, medida. A liberdade não está em anular a forma, mas em saber moldá-la ao serviço da ideia. O poeta que rejeita a pontuação rejeita também a responsabilidade da sua própria voz, entregando ao leitor um esqueleto incompleto, um eco vago.

Por isso, defendo: a pontuação é o pulso do poema. Sem ela, não há poema, apenas fragmentos soltos. E quem ama a palavra sabe que até o silêncio deve ser cuidadosamente colocado — entre vírgulas, pontos e reticências.



Vidas Condicionadas

— Diamantino Torres

Estava um dia bonito. Daqueles dias outonais que trazem consigo alguma nostalgia de um verão que começa a ser saudade. Apesar das folhas que jazem sobre o solo cobrindo-o com uma manta multicolor onde predominam o tom vermelho, amarelo, castanho, algumas esperam que uma brisa mais forte as faça desprender das imponentes Tílias que ladeiam ruidosas avenidas onde os veículos motorizados circulam como feras enraivecidas. A velocidade é excessiva. Os sentidos têm que estar permanentemente alertas. A pressa, para nada, impera. Como diz o meu amigo Pedro: " vou devagar que tenho pressa ". O lado menos visível de todo este frenesim são as famílias enlutadas, pessoas confinadas a uma cadeira de rodas, limitações físicas e mentais que perdurarão para sempre. Todos devíamos ter consciência disto que apesar da condução acarretar riscos estes podem ser drasticamente minimizados com uma condução defensiva e com escrupuloso cumprimento dos limites de velocidade sendo este o principal causador de tanta dor e sofrimento.

Maria, nome fictício, pois esta é uma história, infelizmente verdadeira. Tudo corria bem. Maria gostava muito de animais tinha praticado hipismo e decidiu estudar enfermagem veterinária e talvez continuar os seus estudos universitários cursando medicina veterinária. Jovem corajosa montava lindamente e não era qualquer ginete que a amedrontava. O avô da Maria tinha sido militar da GNR, da arma de cavalaria, e tinha uma especial alegria em ver a neta evoluir com destreza e elegância dominando a sua montada.

As aulas, na Universidade, já tinham começado. Os afazeres que acarretam uma nova vida académica eram muitos, alojamentos a visitar, inscrições, cantinas, transportes etc. Mas, tudo era feito com alegria a jovem estudante construía com denodo e empenho os alicerces do seu futuro.

Os primeiros dias de aulas acarretam, sempre, uma certa ansiedade. Procurar salas de aulas, novos colegas, material de estudo e conhecer o lugar onde iria passar inúmeras horas a estudar: a biblioteca.

As aulas, naquele dia, tinham terminado. Maria caminhava, na companhia de uma colega, pelo passeio que ladeia uma avenida. Chegadas a uma passadeira preparam-se para atravessar a estrada. Uma viatura, que circulava junto à guia do passeio, interrompe a marcha e cede a passagem aos peões. Quando a Maria avança, uma viatura conduzida por um tresloucado, não respeita a passadeira ultrapassa a viatura que estava imobilizada e vai colher com extrema violência a jovem e promissora estudante.

A jovem, com o impacto, é projetada a mais de 20 metros. A sua vida, resultante das graves lesões está em risco. Fruto das múltiplas fraturas, traumatismos e lesões vertebrais a Maria vai ficar confinada para o resto dos seus dias a uma cadeira de rodas. Foram largos meses de internamento, dores, intervenções cirúrgicas e o sonho de ser veterinária interrompido.

Este é um dos muitos sinistros rodoviários que levam vidas, limitam existências e ferem de sofrimento pais, irmãos, outros familiares e amigos.

Outros são atropelados e são deixados abandonados sobre a estrada pelos atropelantes. Fenómeno cada vez mais comum. Apresentam-se, passadas horas em qualquer esquadra geralmente alegando, o que dá muito jeito, que foram acometidos de um ataque de pânico. Muitas das fugas após os sinistros não são mais que, porque a lei compensa, formas de tentar eximir os responsáveis das consequências da condução sob efeitos do álcool e de drogas.

Mas, voltemos à nossa jovem estudante. Sofreu e sofre na pele as barreiras arquitetónicas, os problemas de mobilidade, as limitações físicas. Apesar de todo este suplício a corajosa Maria, apesar dos muitos momentos de desânimo e revolta seguiu em frente. Continuou os seus estudos, noutra área do saber, associou-se a outras pessoas com os mesmos problemas lutando por alterações legislativas e administrativas que lhes proporcionem a dignidade que é devida a todo e qualquer sinistrado que em inúmeros casos foram vítimas da imprudência e incúria de terceiros.

Há dias dois casais que perderam os filhos, vítimas de atropelamentos, criaram uma petição para o agravamento da molduro penal da omissão de auxílio em casos de atropelamento mortal. Pois em ambos os casos os atropeladores após o sinistro fugiram do local omitindo qualquer socorro à vítima.

O tema é extenso e doloroso porque afeta vidas. para sempre, outras são ceifadas precocemente. Isto não vai com boas vontades têm que ser revistas as molduras penais das infrações rodoviárias principalmente no que concerne ao excesso de velocidade.

A quantidade de carros cresceu exponencialmente, o civismo ainda em certas atitudes está arredado, o incumprimento de regras é gritante. Para concluir quem é o pai que fica tranquilo sabendo que o filho circula na estrada de bicicleta?

Magusto

No dia 7 de novembro, comemorou-se o Dia de S. Martinho com um animado Convívio/Magusto, onde reinou o espírito de tradição e boa disposição. Foi uma tarde repleta de alegria, dança, sorrisos e, acima de tudo, muita amizade. As castanhas assadas perfumaram o ar e convidaram todos a partilhar histórias, abraços e momentos que aquecem o coração, tal como a lenda do próprio S. Martinho.

Em representação da União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim, marcou presença o Sr. Henrique Cardoso, juntando-se à celebração e reforçando este espírito de comunidade tão especial.

"O Segredo do Engenho"

No dia 8 de novembro, decorreu a apresentação do novo livro da nossa aluna Etelvina Sousa Ferreira, "O Segredo do Engenho", no Auditório da Universidade Sénior de Gondomar. A sala encheu-se de amigos, colegas e amantes de boas histórias, todos prontos para celebrar mais um talento da casa.

Na mesa, enquanto moderadores, estiveram Hugo Gilberto, Diretor da RTP, Jorge Castelo Branco, em representação da editora, e Raquel Rêgo, representante da União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim.

"Sedução"

No dia 13 de novembro, decorreu, no Bar da Universidade Sénior de Gondomar, uma sessão de apresentação do primeiro romance da nossa professora Gracinda Rocha. A obra Sedução, composta pelas narrativas "Sedução" e "Queridos", e que aborda temas tão marcantes como a violência doméstica e as complexas relações afetivas,

A sessão contou ainda com a presença do Dr. João Fonseca, representante do Executivo da União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim.

Atenção às ofertas de crédito fácil!

— João Paulo Pinto

Os contactos são feitos via Facebook, WhatsApp, Messenger ou e-mail e oferecem a promessa de dinheiro fácil e imediato. Cuidado, porque pode ser enganado.

São centenas a circular online e vieram juntar-se aos anúncios dos classificados de jornais e revistas, com títulos como "Crédito rápido", "Empresto dinheiro", "Oferta de crédito fácil entre particulares". Chegam a prometer resposta em poucas horas, paga quando puder, sem precisar dos bancos, e garantem sigilo.

Nalguns casos, o nível de sofisticação do engano é grande. Usam marcas e imagens de entidades autorizadas a conceder crédito e conteúdos copiados para darem uma aparência de legalidade e fiabilidade.

A única forma de contacto é, muitas vezes, através de formulários disponíveis no próprio site. Não são dados números de telefone e os contactos que aparecem nos sites são falsos, algumas vezes com origem no estrangeiro. Após o envio do formulário pela vítima, esta é contactada pelo infrator através de e-mail, Messenger ou WhatsApp.

Entretanto, os infratores vão pedindo quantias para pagamento de comissões, seguro ou cheques pré-datados. Depois de receberem o dinheiro desaparecem.

São também frequentes os casos em que o empréstimo chega a ser feito, mas as taxas de juro cobradas são muito elevadas. Nalguns casos, chegam aos 300% e quando não é paga uma prestação a cobrança é feita de forma coerciva. Há queixas de lesados que chegam a perder a casa ou o carro que dão como garantia do empréstimo, normalmente de valor bastante inferior ao bem dado em garantia.

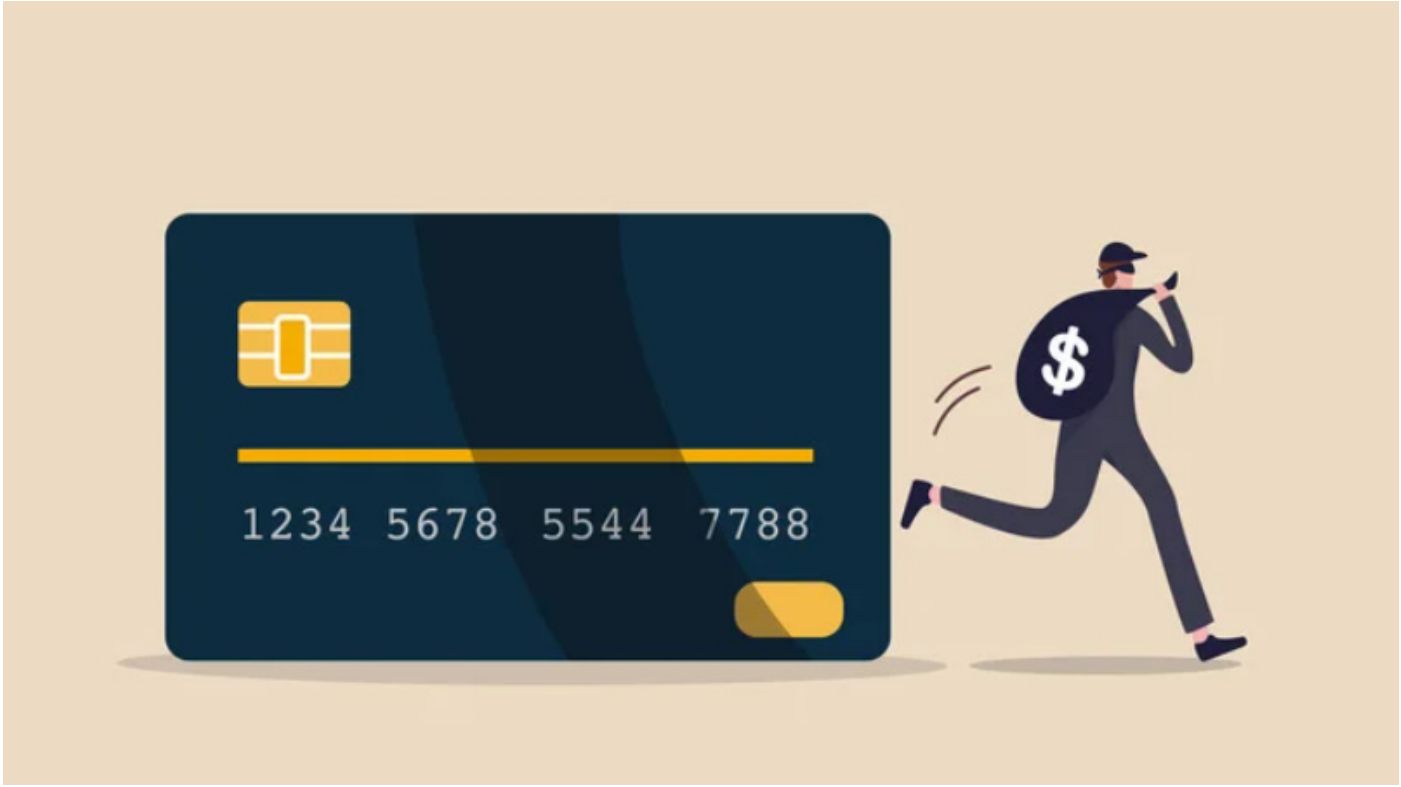
Para evitar cair no engodo, basta ir ao site do Banco de Portugal e consultar a lista das entidades autorizadas a conceder crédito:

https://www.bportugal.pt/page/listagem-entidades-autorizadas

Se verificar que a entidade não está autorizada é porque não é sujeita a qualquer tipo de supervisão e o melhor é desistir de recorrer a estas ofertas.

Se estiver endividado, a quem deve recorrer?

Se estiver numa situação de endividamento, não corra o risco de ser burlado. Em vez disso, recorra a entidades que foram criadas para ajudar o endividado e cujo serviço é gratuito. Consulte a RACE - Rede de Apoio ao Cliente Bancário (https://clientebancario.bportugal.pt/pt-pt/entidades-da-race). Lá encontra informação, acompanhamento e aconselhamento se estiver em risco de falhar o pagamento das suas dívidas, ou mesmo se já tiver prestações atrasadas.



O areal da minha infância

— Etelvina Ferreira

Naquele areal vestido de godos,
A corrente do rio deitava -se a rir,
Brincavam crianças aos reinos e tronos,
Erguendo castelos, prestes a ruir.

Naquele areal ao sol das matinas,
A roupa estendida ganhava mais cor;
Lençóis eram velas ao vento, traquinas,
Camisas dançavam no sol do labor.

Naquele areal crianças brincavam
Dos risos fazendo castelos de pó;
Os pés pequeninos pisavam muralhas
Que o rio levava consigo, sem dó.

Naquele areal, em total liberdade,
O tempo dormia sem nunca parar;
A memória vestida de sombra e saudade
Infiltrava-se na bruma, p'ra se resguardar.

Naquele areal, já pouco se escuta;
O riso das gentes perdeu-se na vida.
Há apenas lembranças, fumos da labuta,
Passos que ficaram para trás, na corrida.

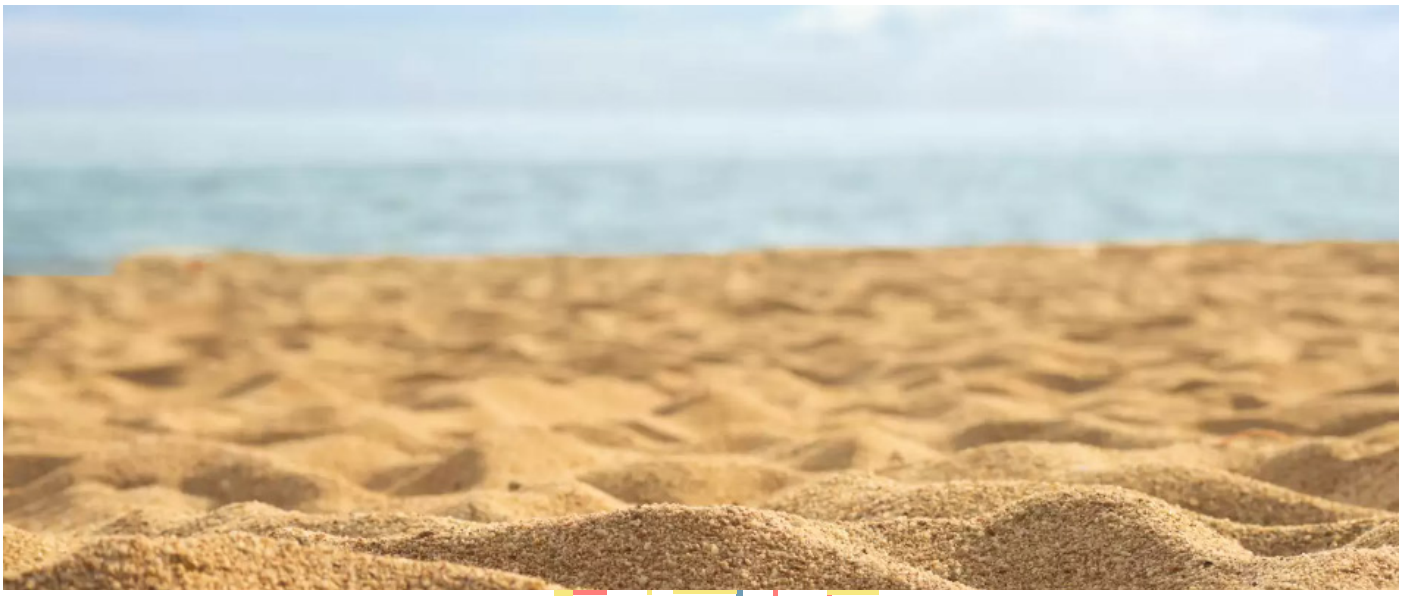
A Valsa

— António Ferraz

Ao primeiro compasso ela sorriu
um riso de ternura abandonada,
e no seu jeito doce de menina
olhou-o em silêncio, envergonhada.

Depois rodou, rodou com alegria,
rodou por toda a sala, extasiada.
Deixou de ouvir o mundo, suspirou,
a boca numa súplica calada.

Então sentiu seu corpo estremecer
nos braços que a prendiam abraçada.
Fingiu nada saber sobre o amor,
e rodou leve e mais apaixonada..



Superfície

— Artur Sousa

Há objectos que flutuam naturalmente.

Um pedaço de cortiça, madeira, plástico...

Sem esforço ficam à superfície.

Quando podemos flutuar sob a água, ver o azul do céu e o sol, é possível Ser.

A vida vai-nos dando a possibilidade de ir flutuando ou pelo menos tentar, mas, há sempre alguém que nos quer perturbar a tranquilidade da superfície fazendo-nos afundar.

Apesar de tudo, de quando em vez, lá surgem os gestos, as palavras, os mimos que ajudam a encarar tudo de ânimo mais leve, mantendo-nos a flutuar.

É mais belo nadar na superfície das coisas sem nos deixarmos arrastar pelos problemas indo ao fundo.

Afinal é na relatividade das coisas que a vida deve ser vivida.

É bonito viver cada dia leve e feliz. E aí encontrar a beleza.

É INSPIRADOR

É BELO

HERMES

É CRIATIVO

É NOSSO

Queremos que se junte a nós!

Envie os seus textos, fotografias ou pinturas para jornalalunosusg@gmail.com ou entregue-os na secretaria.

Partilhe memórias, reportagens, poemas, diários, crónicas, resenhas, canções, receitas, enfim, o que tiver na gaveta ou na cabeça e que tem de dar a conhecer aos seus colegas da Universidade Sénior de Gondomar!

E não se esqueçam que temos todos os textos (mesmo os que não cabem na edição impressa) na Internet, através de https://hermesusg.pt/